



MUSS MAN WAS MITBRINGEN? WIE MUSS ICH GEKLEIDET SEIN

Ja, als erstes gute Laune und als zweites Badeschuhe, Bademantel eventuell ein Badetuch, falls Sie es aber vergessen, wie üblich kein Problem, denn wir haben alles für Sie. Wobei die Badeschuhe gegen eine geringe Gebühr gekauft werden müssen, da wir hier nur Einmal-Badeschuhe verwenden.

Es ist nicht gestattet Getränke oder Essen in MyMediSPA mitzubringen und zu konsumieren.

Ein eigenmächtiges verstellen von Reglern ist nicht gestattet.

Tragen können Sie was Sie wollen, da Ihre Bereiche für Sie reserviert sind und somit kein Fremder Ihnen in die Wege kommt.

EINE EMPFEHLUNG NACH UND VOR DER BEHANDLUNG

Genießen Sie die Behandlung, und nehmen Sie das Beste aus der Behandlung mit nach Hause.

Vergessen Sie in der Zeit Social Media & Co., denn das ist Ihre Zeit.

Planen Sie Zeit ein, z.B. für Nachruhe oder bei Wellfitgetränken.

Besser wäre es noch Sie freuen sich schon im Vorfeld auf Ihre Behandlung auf Ruhe, angenehme Gerüche und Zeit, Zeit für Sie - Zeit wo sich jemand um Sie persönlich kümmert.

WARUM MUSS ICH MEINE KRANKHEITEN PREISGEBEN?

Es gibt Anwendungen, die sind nicht für jeden geeignet, z.B. Sauna und starker Bluthochdruck oder ein Herzleiden. Hier gibt es Möglichkeiten, z.B. die Sauna auf eine angenehme Temperatur einzustellen oder eine bessere Alternative anbieten. Es soll eine Freude sein und nicht im nach hinein ein Problem. Vielen Dank für Ihr Verständnis.

ÖFFNUNGSZEITEN

Mo bis Fr 8.00 Uhr bis 19.00 Uhr Di
und Do bis 20.00 Uhr
Sa 8.00 bis 20.00 Uhr
oder nach Vereinbarung,
Anmeldung erforderlich.

TERMINE

Datum / Uhrzeit

MyMediSPA
Boschstr. 9
07138 - 97 14 20
mymedispa.de

WILLKOMMEN

IN



MyMediSPA

WELLNESS + KOSMETIK

HINWEISE

Tipps und Informationen für einen
schönen angenehmen Aufenthalt

 Philosophie 

MyMediSPA ist uns eine Herzensangelegenheit,
wir wollen Ihnen etwas bieten, etwas was heute
immer mehr verloren gegangen ist -

**Zeit, Menschlichkeit
und**

**den festen Willen Ihnen zu Helfen mit dem
Bestmöglichen für Sie.**

Tauchen Sie mit uns ein in Ambiente, Ruhe und
Behandlung, dem etwas mehr, als man
normalerweise bekommt.

**Nicht irgendetwas, sondern...
...etwas Besonderes!**



MyMediSPA
med. wellness- &
gesundheitszentrum

WISSENSWERTES RUND UM WELLNESS UND MASSAGEN

GIBT ES AUCH ANWENDUNGEN, DIE NICHT IN DER PREISLISTE STEHEN?

Das Wellnessspektrum ist groß und man möchte mit den festen Paketen die Interessenten ansprechen. Aber individuelle Pakete nach Ihrer Lust und Laune, sind jederzeit möglich. Vielleicht möchten Sie etwas leckeres Essen oder steht Ihnen der Sinn nach einer neuen Massage, die man noch nicht ausprobiert hat - kein Problem.

SAUNATIPPS:

Vorher nicht schwere Mahlzeiten zu sich nehmen. Wenn zuvor Sport gemacht wurde, warten bis Puls normalisiert ist. Nie mehr als 5 Saunagänge, auch vor dem ersten Gang duschen, aber nicht nass in die Sauna geben. Haltung Rückenlage oder Sitzhaltung. Der erste Gang 8 bis 12 Minuten, der zweite max. 15 Minuten und ein eventuell 3. Gang max. 15 Minuten. Nach dem Saunagang an die frische Luft um den Kreislauf in Schwung zu bringen oder eine Kaltdusche. Danach sanft ruben ca. 15 Minuten. Nicht während der Saunagänge trinken, erst nach dem letzten Gang (Sonst findet keine Entschlackung statt).

Nach dem letzten Saunagang nicht mit Seife oder Duschgel duschen, da sonst die Haut austrocknet, diese ist aber schon von vorher sauber. Deshalb ist es besser mit einer fettigen Creme den Körper einzureiben oder besser gesagt zu verwöhnen.



Für den Fall dass...

FALLS SIE VON EINEM BEHANDLER/IN, THERAPEUT/IN, EINE MASSAGE

gerne weicher oder stärker im Druck hätten dann bitte offen u. ehrlich sofort das ansprechen und sagen.

WAS MUSS ICH AUSSERDEM MEINEM BEHANDLER/IN SAGEN?

Es ist wichtig, dass Sie alle gestellten Fragen wahrheitsgemäß beantworten, aber auch von sich aus darauf hinweisen, wenn Sie z.B. schwanger sind, Prothesen haben, schwere Krankheiten, z.B. Krebs, MS, aber auch Grippe. Denn eine Massage kann den Körper auch belasten.

TERMINVEREINBARUNG

Wenn Sie einen Termin vereinbart haben ist dies ein fixer Termin. Es kann natürlich unvorhergesehen vorkommen, dass Sie wegen Krankheit oder ähnlichem diesen Termin nicht wahrnehmen können, dies ist erstmal kein Problem 24 Stunden vor dem Termin. Tritt das Unvorhergesehne Ereignis am Tag der Behandlung auf, stellen wir Ihnen 40 Prozent der Kosten in Rechnung, da wir ja die Bereiche für Sie freigehalten haben und Ihre Bereiche für Ihre Anwendungen vorbereitet sind.

ZU SPÄT KOMMEN

Ist menschlich und oft kann man nichts dafür. Bei kleinen Verzögerungen im Minutenbereich probieren wir das irgendwie zu kompensieren. Was nicht leicht ist und wir jedem Kunde seine Zeit zukommen lassen wollen und müssen. Wenn Sie es absehen können, dass Sie sich verspäten, rufen Sie an, ob eine Behandlung überhaupt noch möglich ist. Auch hier gilt erstmal als wären Sie nicht erschienen und wir müssen Ihnen diese Zeit berechnen. Die fehlende Zeit geht von Ihren Anwendungen ab, da wir die nächsten Kunden nicht warten lassen können, da die Bereiche ja exklusiv ohne Fremde Personen sind.

DASS SIE VERLÄNGERN WOLLEN...

Sprechen Sie unsere Kolleginnen an, wenn es möglich ist, findet sich bestimmt eine Lösung, eventuell auch in anderen Räumlichkeiten.

DAMPFBADTIPPS:

Beim Dampfbaden wird der Körper entschlackt, die Atemwege befreit und der Kreislauf angeregt. Dem Wasserdampf werden ätherische Öle und Kräuter-Essenzen beigesprüht, was die positive Wirkung verstärkt, besonders auf die Haut, bei Erkrankungen der Atemwege und bei rheumatischen Beschwerden. Dampfbäder erreichen eine Temperatur von 40 bis 50°C und eine Luftfeuchtigkeit von 100%. Damit unterscheidet sich ihr Klima merklich von dem der heisseren und trockenen Sauna.

1. Für den Dampfbadgang ist ein trockenes, sauberes Badetuch als Sitz- oder Liegeunterlage zu verwenden. Bei uns können Sie auch ohne direkt darauf sitzen, da nach jedem Gast gereinigt wird.
2. Je nach körperlicher Verfassung nicht länger als 10 bis 20 Minuten im Dampfbad verweilen.
3. •Zwischen den Dampfgängen kühl abduschen, das Kalt-Wasser-Becken benutzen oder kalt-warme Wechselduschen einlegen.

ALLGEMEINES:

Es gelten unsere allgemeinen Geschäftsbedingungen und unsere Hausregeln Stand vom 1.09.2024, sowie die aktuelle Preisliste vom 1.1.2025.